O Jornal Metro é impresso em papel certificado FSC, garantia de manejo florestal responsável, e com tinta ecológica elaborada com matérias-primas bioderivadas e renováveis pela gráfica Plural.
MISTO Papel FSC® C020190

HQ americana 'subversiva' de 1965 chega ao Brasil {pág 11}

Livro de poesias escrito por Michael Jackson é lançado no país {pág 09}

CARIOCAS PROTESTAM CONTRA TRAGÉDIA E IMPROVISOS NO BONDE DE SANTA TERESA {pág 06}

SANTOS
Segunda-feira,
29 de agosto de 2011
Edição nº 408, ano 2

Mín 20°C
Máx 31°C

Tarde de golaços

Neymar teve excelente atuação e Lucas marcou um lindo gol para o São Paulo

RICARDO SAIBUN/AGIF/FOLHAPRESS)

Corinthians é campeão simbólico

O Corinthians garantiu o título simbólico do primeiro turno do Campeonato Brasileiro mesmo após sofrer a virada por 2 a 1 do Palmeiras, em Presidente Prudente. No outro clássico paulista da rodada, Santos e São Paulo empataram por 1 a 1, com direito a dois golaços de Lucas, para o Tricolor, e Ganso, para o Peixe {págs 15 e 16}

PM treina carteiros para evitar assaltos

Roubo a carteiros que fazem entrega de objetos de valor comprados pela internet, cartões bancários e cheques cresce na Baixada Santista {pág 02}

Força da natureza

EDUARDO MUÑOZ/REUTERS

Furacão Irene deixa rastro de morte nos EUA

Pelo menos 15 pessoas morreram vítimas do furacão Irene, que passou pela costa leste dos Estados Unidos no fim de semana. Cerca de 10 mil voos foram cancelados. Tempestade já começa a perder força {pág 08}

Servidor da PG pode trocar vale por bicicleta

Servidores públicos da Praia Grande vão poder trocar o valor de três meses de vale pelo meio de transporte alternativo {pág 02}

Seleção de expressão é a meta de Santos

Obras de infraestrutura e ampliação do CT do Santos são os atrativos para a cidade se tornar cidade-base da Copa 2014 {pág 04}

Caminho fechado

▶ Intervenção levará mais segurança aos ciclistas

LUIZ MOREAUX.PMG

Túnel da Vila Zilda fecha até a próxima sexta

A Diretoria de Trânsito e Transportes do Guarujá interdita de hoje até sexta-feira, 2, das 8h às 17h, o túnel da Vila Zilda. O bloqueio será necessário para que seja instalada a parede de proteção, que fará a separação entre os carros e os ciclistas. Os motoristas que utilizam o túnel terão três caminhos alternativos: Seguir pelas avenidas Dom Pedro I e Emílio Carlos até a av. Montenegro, continuar até a av. Puglisi, virar à direita e seguir em frente até a av. Santos Dumont e depois seguir pela Cônego Domênico Rangoni ou Tancredo Neves; outra opção é pegar a av. Montenegro e virar à direita na rua Santo Amaro e, em seguida, à esquerda na rua Buenos Aires até a av. Puglisi e seguir o mesmo caminho acima, e há ainda a opção de, ao chegar à rua Buenos Aires, converter à direita na rua Quintino Bocaiúva, até a Santos Dumont.

PM treina carteiros na Baixada Santista

- **Iniciativa partiu do comando da PM da Baixada após denúncia de roubos nos Correios**
- **Assaltantes buscam entregas de compras pela internet que contenham objetos valiosos**

A Polícia Militar da Praia Grande está treinando funcionários da ECT (Empresa de Correios e Telégrafos) para evitar roubos, nas agências e, principalmente, durante as entregas.

De acordo com o 45° Batalhão da Polícia Militar do Interior, a operação teve início no mês de abril, depois que os Correios enviaram um relatório à PM com queixas de roubos aos veículos de entrega e aos carteiros.

Segundo a PM, os assaltantes buscam produtos bancários, como cheques e cartões, e objetos valiosos, na maior parte das vezes enviados pelas agências em razão de compras efetuadas pela internet.

40% foi percentual de aumento de vendas pela internet em 2010, de acordo com empresa de monitoramento de comércio eletrônico E-bit. Para 2011, a projeção é de 30%.

Entre as ações da operação promovida pela polícia, estão abordagens aos carteiros, ações corretivas pela ECT, com orientação aos funcionários sobre uso adequado de crachás e uniformes pelos funcionários. O policiamento também foi reforçado nas áreas dos Correios, de acordo com os horários e roteiros de entrega.

Segundo a PM, não é possível precisar quantos roubos aos Correios foram registrados na cidade durante este ano, já que o registro é feito apenas como roubo. Dados da SSP (Secretaria de Segurança Pública) mostram que há registros de 1.839 roubos, entre janeiro e julho deste ano.

A PM afirma que, nos últimos 15 dias, não houve mais roubos nos Correios. Na última semana, um homem foi preso, na Vila Miriam, por tentativa de roubo durante uma entrega.

A PM não informou o total de presos, mas afirmou que a medida foi adotada também por outras cidades ligadas ao CPI-6 (Comando de Policiamento do Interior).

PATRÍCIA.GUIMARÃES
@METROJORNAL.COM.BR

Cotações

Dólar	Euro
-0,31% (R$ 1,60)	+0,43% (R$ 2,32)

Bovespa	Selic (12,5%)
+0,75% (53.350 pts)	Salário Mínimo (R$ 545)

Servidores poderão trocar vale-transporte por bike na PG

A Secretaria de Administração da Praia Grande convoca, a partir de hoje, as bicicletarias interessadas em se cadastrar como ponto de troca autorizado pela prefeitura, a se cadastrarem para a atividade na Seção de Cadastro de Fornecedor da Sead, localizada no 1° andar do Paço Municipal (av. Presidente Kennedy, 9.000, Bairro Mirim), das 9h às 16h. O cadastramento das empresas garantirá a troca dos vales-transportes dos servidores municipais por bicicletas. O custo do equipamento será equivalente a três meses do benefício, em que o valor será repassado às lojas cadastradas onde o funcionário tiver adquirido a bicicleta.

METRO SANTOS

Cruzeiros terão 12,8% passageiros a mais na temporada

▶ Viajantes devem superar os 895 mil, mesmo com três navios a menos ▶ Ao todo, serão 17 embarcações

FRED CASAGRANDE/METRO SANTOS

▶ 792 mil viajaram na temporada passada

O percentual de turistas que devem viajar de navio na temporada 2011/2012 deve crescer 12,8% em relação à temporada anterior.

A estimativa foi divulgada pela Abremar (Associação Brasileira de Cruzeiros Marítimos), que prevê ao menos 895 mil passageiros em viagem.

A previsão de aumento se justifica pela vinda de embarcações maiores, com capacidade para receber mais passageiros, já que nesta temporada apenas 17 navios navegarão pelo país, três a menos do que na temporada anterior.

O número de embarcações que virão à costa brasileira a partir de outubro, quando começa a temporada, foi divulgado em julho deste ano. De acordo com a Abremar, a redução é reflexo da falta de investimentos e pela falta de profundidade dos canais de acesso aos portos brasileiros.

O Vision Of the Seas, da Royal Caribbean e o MSC Armonia, da MSC Cruzeiros, são as embarcações com maior número de cruzeiros programados.

METRO SANTOS

Concurso público

▶ Candidatos na manhã de ontem, em frente a Unip, em Santos

FRED CASAGRANDE/METRO SANTOS

Gabarito das provas sairá amanhã

Os candidatos a uma das vagas oferecidas pelo concurso público da Prefeitura de Santos podem conferir os resultados das provas a partir de amanhã no Diário Oficial e no site do Ibam (www.ibam.org.br). De acordo com a prefeitura, cerca de 29 mil pessoas se inscreveram para concorrer a 914 vagas em 33 cargos.

▶ CT (Centro de Treinamento) do Santos, um dos melhores do país, é tido como trunfo para atrair seleções à cidade

FRED CASAGRANDE/ METRO SANTOS

Santos se prepara para atrair as seleções durante a Copa

Rede hoteleira ampliada, atracadouros para navios de cruzeiro, CT do Santos e mesmo obras que não vão ficar prontas para 2014, ano em que o Mundial será disputado, devem compor o pacote de atrativos da cidade

A cidade prepara o lançamento do Caderno de Diretrizes do Comitê Santos Pró-Copa 2014, um pacote bilionário que inclui até obras que não ficarão prontas para o Mundial.

O objetivo é atrair uma seleção participante do Mundial e se tornar uma das cidades-base para a Copa da Fifa.

Santos deve fechar suas contas, conforme apuração preliminar, nesta semana, com previsão de investimentos de ao menos R$ 2,3 bilhões nos próximos três anos.

3%

de visitação dos cerca de 600 mil turistas estrangeiros (20 mil) é esperada para a Copa de 2014, meta do comitê santista.

"O importante é o legado que ficará se conseguirmos ser uma cidade-base da Copa do Mundo de 2014."

WÂNIA SEIXAS, SECRETÁRIA DE TURISMO DE SANTOS

O lançamento oficial será no próximo dia 12, na Arena Santos, palco do Mundial de Handebol Feminino em dezembro, considerado um primeiro teste. Um dos projetos que ainda não estarão prontos para a Copa é o túnel que ligará a cidade ao Guarujá.

Com orçamento estimado em R$ 1,3 bilhão, as obras da ligação seca entre os municípios têm o início previsto para 2013 e prazo de conclusão de 36 meses.

"Os valores são altos e o túnel vai estar incluído no investimento projetado, sim", diz Luiz Guimarães, secretário executivo do comitê Pró-Copa.

"Ser cidade-base da Copa é apenas o início, vamos alcançar outro patamar após 2014", diz o secretário, que preside o Santos & Visitors Convention Bureau.

A cidade já é uma das 37 pré-classificadas pelo comitê estadual da Copa, porque possui, a exemplo das outras, pelo menos dois centros de treinamento que possam interessar às seleções. Além de Santos, Guarujá é a outra cidade da região que também integra a lista.

"Após o lançamento do caderno, vamos convidar as seleções", afirma Guimarães. "Nossa preferência é pelas de Portugal, Espanha ou Itália."

A secretária de Turismo Wânia Seixas diz que será preciso capacitar a mão de obra local do setor. "O ideal é que todos aprendam um segundo idioma", diz.

10

projetos-âncora existem para a Copa: Veículo Leve sobre Trilhos, oito novos hotéis e um atracadouro novo para transatlânticos.

Ela afirma que outros benefícios incluem a vitrine que ser uma cidade-base traria a Santos.

"Tentamos também encaixar pequenos cruzeiros de três dias entre os jogos", afirma Seixas. Uma ampliação do terminal de passageiros, ao custo de R$ 120 milhões, do PAC da Copa, vai elevar a capacidade dele de três para seis navios.

FLÁVIO.LEAL
@METROJORNAL.COM.BR

60 segundos

MARCELO TEIXEIRA

'O CT REI PELÉ TEM QUE SER AMPLIADO'

Presidente do Santos Futebol Clube (2000-2009) quando o CT (Centro de Treinamento) foi construído, em 2005, Marcelo Teixeira, que é membro da Comissão Organizadora do Mundial de Clubes da Fifa, conversou com o Metro sobre o desafio de ser uma cidade-base.

Ser a casa do time do Santos pode fazer a diferença na hora de uma seleção escolher a sua sede?
Não tenho dúvida, o Santos é o principal cartão da cidade. Temos outras vantagens como estarmos ao nível do mar e termos a Vila Belmiro para os amistosos de preparação e, claro, o CT Rei Pelé, que tem três campos, salas de fisioterapia, musculação, hotel. É um dos melhores centros do Brasil, senão o melhor.

O CT já estaria pronto para uma seleção?
Não, ele só tem 30 suítes individuais. Ele tem que ser ampliado. Para abrigar uma seleção para a Copa, seria preciso o dobro. Elevar a capacidade do Recanto dos Alvinegros [hotel do Santos] é algo urgente. A obra já está aprovada e prevista. É acabá-la e o CT estará perfeito para uma seleção.

METRO SANTOS

Encontrado carro de homem morto na Oscar Freire

Honda Civic foi levado pelo suspeito no dia do crime
Rapaz era hóspede de analista em imóvel nos Jardins

O carro do analista de sistemas Eugênio Bozola, de 52 anos, encontrado morto em seu apartamento na última terça-feira, foi localizado na madrugada deste domingo em Sertãozinho, no interior de São Paulo.

O Honda Civic foi abandonado depois de bater em um barranco. O veículo estava sem placas, a 5 quilômetros de distância da casa do irmão do suspeito do crime, Lucas Cintra Zanetti Rosseti, de 21 anos.

Segundo a polícia, o chassi do carro confirma que ele pertencia a Bozola. O veículo deve passar agora por perícia da Polícia Civil.

O Honda Civic prata foi levado da garagem do prédio, na rua Oscar Freire, em Pinheiros, zona oeste da capital, no dia do crime.

Os corpos de Bozola e do modelo Murilo Rezende da Silva, de 21 anos, foram encontrados pela diarista. Eles foram mortos a facadas, e a polícia afirma que os dois foram dopados antes de morrer. A polícia pediu o exame toxicológico das vítimas.

De acordo com a polícia, Rosseti era amigo de Bozola. Eles teriam se conhecido em Igarapava, cidade natal do suspeito.

Rosseti estava hospedado no apartamento do analista há uma semana. Ele deveria sair do local na terça, mesmo dia em que os homens foram encontrados mortos. O suspeito teria cometido o crime porque não queria ir embora da capital.

Bozola e Rezende moravam no apartamento havia quatro meses. De acordo com a polícia, existiam desavenças entre o modelo e o suspeito. METRO

CARLOS CECCONELLO/FOLHAPRESS

Manifestantes na praça Vinicius de Morais

Moradores do Morumbi fazem protesto por mais segurança

Cerca de 2,5 mil moradores do Morumbi se reuniram ontem na praça Vinicius de Morais, próxima ao Palácio dos Bandeirantes, sede do governo paulista, para protestar contra a violência da região, na zona sul da capital.

Os manifestantes levaram faixas, cartazes e bexigas e organizaram um abraço simbólico. Eles reivindicavam a presença de mais policiais no bairro e a instalação de uma base policial na região.

Segundo um levantamento divulgado recentemente pela Secretaria de Segurança Pública, foram registrados 1.131 roubos e 316 furtos de veículos na região só no primeiro semestre deste ano. Desde a última quarta, a Polícia Militar realiza a operação Colina Verde no Morumbi para tentar diminuir os crimes na região. METRO

Acusado de matar vendedora é transferido para São Paulo

O suspeito de ter estuprado e matado a supervisora de vendas Vanessa de Vasconcellos Duarte, 25 anos, em fevereiro deste ano, foi transferido ontem para São Paulo.

Conhecido como Buda, Edson Bezerra Gouveia foi detido anteontem pela polícia de Sergipe em uma plantação de laranja, na cidade de Cristianápolis, a 120 quilômetros da capital. No aeroporto, ele já começou a ser interrogado por policiais de São Paulo. Preso preventivamente, Gouveia deve ser levado para a penitenciária de Pinheiros ou de Sorocaba. O suspeito foi indiciado por homicídio triplamente qualificado.

Com a chegada de Buda à capital, o delegado Zacharias Tadros afirmou que espera que seja possível colher o DNA dele para comprovar o estupro.

Além de Buda, outro suspeito de participar do homicídio foi preso recentemente em São Paulo.

A supervisora de vendas saiu da casa do noivo, em Barueri, na Grande São Paulo, às 8h do dia 12 de fevereiro para encontrar amigas em um posto de gasolina na Raposo Tavares. No dia seguinte, ela foi encontrada morta em uma mata próxima à rodovia, em Cotia. O corpo foi achado com sinais de espancamento. METRO

Patas de touro travam em rodeio

As duas patas traseiras de um touro ficaram paralisadas na noite de anteontem, penúltima do Barretos International Rodeo.

O caso aconteceu durante a montaria do peão James Willian Marris. O touro deu cerca de três pulos e caiu com as patas traseiras no chão, de acordo com testemunhas. O animal tentava se levantar, mas estava com as patas paralisadas e saiu da arena se arrastando pelas patas dianteiras. A organização do evento informou que o touro caiu por causa de uma câibra e que logo depois se recuperou. O público na noite era estimado em 50 mil pessoas.

Na semana passada, um bezerro teve de ser sacrificado após ficar tetraplégico durante a prova de bulldog, quando o peão tem de imobilizar o animal com as mãos. A organização do evento disse que o caso foi uma fatalidade. METRO

Touro teve paralisia durante rodeio em Barretos

SILVA JÚNIOR/FOLHAPRESS

Perícia aponta improviso em freio do bondinho no Rio

▶ Pedaço de arame substituía parafuso ▶ Moradores de Santa Teresa protestam contra má conservação

O bondinho de Santa Teresa, no Rio de Janeiro, que descarrilou no sábado, tinha um pedaço de arame no lugar de um parafuso embaixo da sapata do freio.

A gambiarra foi feita, aparentemente, pela equipe de manutenção da Central, empresa que administra o sistema de transporte sobre trilhos no bairro.

Essa foi a conclusão da perícia realizada pelo Crea (Conselho Regional de Engenharia, Arquitetura e Agronomia) do Rio de Janeiro. O conselho acredita que a falha nos freios causou o acidente.

Além do improviso, a perícia do conselho também constatou que outras peças do bonde estavam desgastadas e que ele estava superlotado no momento do acidente – transportava 60 pessoas, quando o máximo permitido deveria ser 38.

O acidente do bondinho de Santa Teresa matou cinco pessoas e deixou outras 55 feridas. Após o descarrilamento, o bonde continuou andando por cerca de 50 metros, tombado, antes de se chocar com um poste.

A Secretaria de Estado de Transportes afirmou que o sistema de freios do bonde estava funcionando. O resultado da perícia oficial deve ser divulgado em 30 dias. Moradores de Santa Teresa realizaram uma manifestação ontem. Cerca de 300 pessoas foram ao local da tragédia protestar contra a má conservação dos bondes. METRO RIO

▶ Moradores protestam no local do acidente

País não sabe quantos estão foragidos

A falta de um cadastro nacional de mandados de prisão impede que a Justiça brasileira saiba qual é o número real de foragidos ou desaparecidos no país.

Uma das consequências da falta de um cadastro é o fato de, hoje, um juiz poder liberar um detido mesmo que existam mandados de prisão contra ele em outros Estados.

Isso acontece porque o juiz só tem condições de checar os antecedentes criminais da pessoa no Estado em que trabalha.

Para tentar resolver o problema, o CNJ (Conselho Nacional de Justiça) aprovou no começo de julho uma resolução que cria um banco nacional de mandados de prisão.

Os Tribunais de Justiça têm até seis meses para começar a alimentar o banco. Porém, todos os mandados terão de ser reeditados, já que cada TJ produz o documento de uma maneira diferente. METRO

Dilma se reúne hoje com centrais sindicais

A presidente Dilma Rousseff (PT) vai se reunir hoje com centrais sindicais no Palácio do Planalto. Segundo o presidente da Força Sindical, Paulo Pereira da Silva, o Paulinho da Força, a reunião foi convocada pela presidente.

Paulinho afirma que as centrais pretendem discutir a questão do fator previdenciário e da desindustrialização. O ministro da Previdência, Garibaldi Alves, afirmou ontem que o governo ainda estuda uma alternativa ao fator previdenciário, e que as discussões sobre o assunto só deve ser retomadas no final do ano. METRO

ALAN MARQUES/FOLHAPRESS

▶ Presidente convocou reunião no Planalto

Aeronáutica investiga incidente em Caruaru

A Aeronáutica está investigando um incidente ocorrido no domingo passado em Caruaru (PE), quando um jato e um avião monomotor quase se chocaram.

O avião pousou no pequeno aeroporto no mesmo momento em que um jatinho com membros da banda Asa de Águia acelerava para decolar. O jato decolou antes para evitar a colisão, e passou a cinco metros do monomotor.

O incidente foi causado por uma série de desencontros. O comandante do jato afirma não ter visto a aeronave na sua frente. Já o piloto do monomotor disse ter presumido que o jato o esperaria sair da pista antes de decolar. METRO

Embaixada brasileira nos EUA foi grampeada

Os telefones da Embaixada brasileira em Washington foram grampeados em 2001. O então embaixador, Rubens Antonio Barbosa, relatou interceptação em telefones em um despacho. De acordo com ele, a situação foi repassada ao Departamento de Estado americano, que nada fez.

Segundo a "Folha de S.Paulo", telegramas sigilosos mostram que houve ataques frequentes da alfândega norte-americana à incolumidade das malas diplomáticas do Consulado do Brasil em Miami.

Esse tipo de bagagem deveria ter passagem livre pela alfândega. Entretanto, entre 1992 e 1993, lacres metálicos foram rompidos e autoridades alfandegárias tentaram submeter as malas a análises de raio-X.

Além das violações e extravios, as malas foram ameaçadas por falta de recursos para quitar dívidas com companhias aéreas responsáveis pelo transporte de documentos. METRO

Patas de touro travam em rodeio

As duas patas traseiras de um touro ficaram paralisadas na noite de anteontem, penúltima do Barretos International Rodeo. O touro deu cerca de três pulos e caiu com as patas traseiras no chão. O animal saiu da arena se arrastando pelas patas dianteiras. Semana passada, um bezerro teve que ser sacrificado após ficar tetraplégico durante uma prova. METRO

Laje desaba e soterra 11 no RS

Uma pessoa morreu e outras nove ficaram feridas no desabamento de uma laje em uma obra do Dmae (Departamento Municipal de Águas e Esgotos) em Porto Alegre, no Rio Grande do Sul, no sábado.

O Corpo de Bombeiros ainda não conseguiu resgatar um operário. Segundo a corporação, o buraco em que ele está tem aproximadamente nove metros.

Ontem, as buscas tiveram que ser interrompidas por causa da chuva e do vento forte, que aumentavam o risco de desabamentos. Quatro operários ainda estão internados. METRO

WESLEY SANTOS/FOLHAPRESS

▶ Bombeiros trabalham para resgatar soterrados

Atravessar a rua pode reduzir conta de supermercado

Diferença de preços em lojas na mesma rua chega a 22% Em SP e no Rio, Atacadão tem melhor oferta

Atravessar a rua pode trazer alívio ao bolso do consumidor na hora de pagar a compra no supermercado. Segundo pesquisa realizada pela Proteste, a diferença de preços entre estabelecimentos próximos pode superar 20%.

A maior variação foi encontrada entre supermercados do Rio de Janeiro. Comprar na rede Mundial, da Siqueira Campos, sai 22% mais barato que no Pão de Açúcar, localizado na mesma rua.

Em São Paulo, na avenida Giovanni Gronchi, os preços do Carrefour são 13% inferiores aos do Pão de Açúcar. A rede francesa também oferece, em sua unidade da avenida Santo Amaro, os mesmos produtos a custo 15% menor que o da loja Dia.

A Proteste também encontrou diferença de preços entre duas lojas de Campinas localizadas na avenida John Boyd Dunlop. No caso, o consumidor desembolsa 9% mais se fizer suas compras na rede Covabra em vez de escolher a Enxuto. Em Curitiba, na avenida Mal. Floriano Peixoto, os preços da Super Mufatto superam em 9% os da rede Condor.

A pesquisa foi realizada em 20 cidades de 13 Estados mais o Distrito Federal em 1.156 pontos de venda. Pelo sétimo ano, Brasília continua com a maior conta do supermercado, uma média de R$ 341,16 na compra de produtos das marcas líderes.

Em São Paulo, a cesta com marcas conhecidas mais barata foi encontrada no Atacadão da avenida Senador Teotônio Vilela. A rede também oferece preços mais competitivos no Rio e em Campinas. Em Curitiba, a Mercadorama apresentou menor conta.

Os preços para um mesmo produto podem variar até 200%. Foi encontrada, por exemplo, uma variação de 197% no preço da água sanitária no Rio, e de 192%, em São Paulo, para a lasanha à bolonhesa. METRO

RAFAEL HUPSEL/FOLHAPRESS

Preços para um mesmo produto podem variar até 200%

Melhores ofertas Ranking de lojas mais baratas por cidade

Cidade	Mais barato	Mais caro	Economia anual
Rio de Janeiro	**Atacadão** - Av. Vicente de Carvalho, 730	**Pão de Açúcar** - R. Siqueira Campos, 97	R$ 1.204,07
Campinas	**Atacadão** - Rod. D. Pedro I - 900, km 139	**Galassi** - Av. da Saudade, 960	R$ 1.116,82
Guarulhos	**Atacadão** - Av. Otávio B. de Mesquita, 3116	**Extra** - Av. Brig. Faria Lima, 1193	R$ 726,38
São Paulo	**Atacadão** - Av. Sen. Teotônio Vilela, 8030	**Horti Oriental** - Av. Corifeu de A. Marques, 1304	R$ 1.055,78
Curitiba	**Mercadorama** - R. Bom Jesus, 159	**Basso** - R. São Salvador, 402	R$ 895,08

Procon alerta para oferta irregular de cursos livres

É comum o consumidor ser abordado pelo telefone ou nas ruas por empresas que prometem cursos gratuitos vinculados a vagas em trabalho, estágio e bolsa de estudos. A Fundação Procon alerta, no entanto, que a oferta é apenas um atrativo para a venda de material didático na sede da empresa, onde o consumidor é levado a assinar contrato de prestação de serviços e aquisição de livros.

Ao assinar o contrato, a empresa não dá a possibilidade de devolução, além de instituir multa para rescisão contratual. Como o consumidor é chamado a comparecer na sede da empresa, dificulta-se o cancelamento do contrato com base no artigo 49 do CDC (Código de Defesa do Consumidor), que prevê a desistência em sete dias quando a contratação é feita fora do estabelecimento comercial.

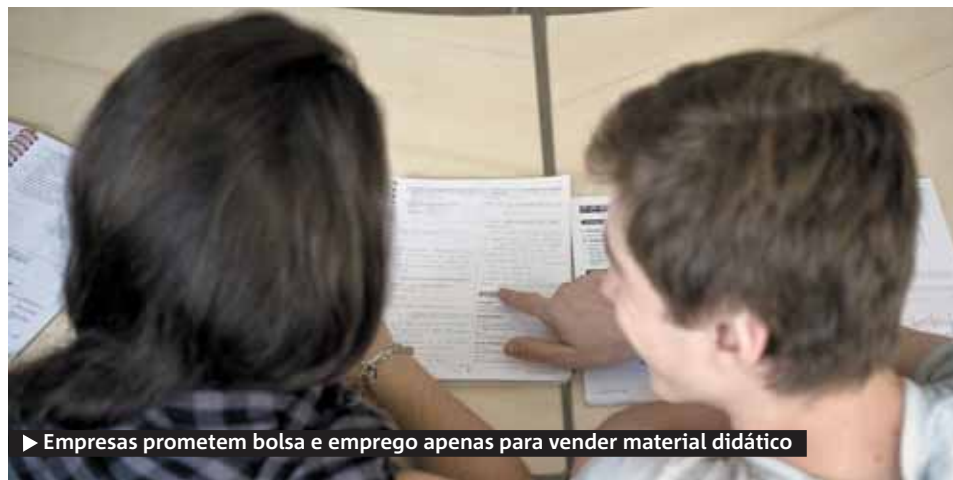
Uma das irregularidades é a falsa garantia de que, ao término do curso, o aluno terá uma vaga de trabalho ou estágio. No primeiro semestre de 2011, grande parte dos mais de 2 mil atendimentos relativos a cursos livres registrados pelo Procon-SP refere-se a esse tipo de problema.

Em alguns casos, segundo o Procon, as empresas chegam a ameaçar pais de alunos com uma possível denúncia no Conselho Tutelar caso a oferta não seja aceita. Há situações em que as empresas mencionam que a bolsa de estudos está sendo concedida pela Secretaria Estadual de Educação ou até pelo governo federal. METRO

Fique de olho

Confira algumas dicas do Procon para escolher um curso livre

- **Avaliação da proposta** Observar se o curso atende às suas necessidades e se cabe no seu orçamento
- **Acordo verbal** Tudo o que for prometido verbalmente deve constar no contrato de prestação de serviços
- **Visita** Deve-se visitar o local do curso, conversar com outros alunos e fazer aula-teste
- **Promessa de emprego** Descartar cursos que prometem emprego, pois não há como garantir a vaga
- **Certificados** Cursos profissionalizantes e os que expedem certificado de conclusão com habilitação devem estar registrados nos órgãos competentes de cada profissão

RODRIGO CAPOTE/FOLHAPRESS

Empresas prometem bolsa e emprego apenas para vender material didático

AGÊNCIA BRASIL

Previsão de manutenção da Selic em 12,5% ao ano

Banco Central define taxa de juro na quarta

O Copom (Comitê de Política Monetária) se reúne na terça e quarta-feira para definir a taxa básica de juros, a Selic. A expectativa de economistas é de manutenção da taxa nos atuais 12,5% ao ano, mesmo com a pressão do governo para que haja uma redução da Selic.

O ministro da Fazenda, Guido Mantega, disse, na última semana, que o governo quer que o Banco Central baixe a taxa de juros, para estimular a economia, como forma de combater a crise global.

O governo reviu suas projeções e trabalha internamente com uma previsão de crescimento da economia brasileira de 3,7% para 2011, abaixo dos 4% antecipados pelo ministro da Fazenda, de acordo com o jornal "Folha de S.Paulo". Apesar da revisão para baixo, o desempenho é considerado positivo pelo governo, diante da crise global. METRO

Irene deixa 15 mortos nos EUA

Mais de 4 milhões de americanos ficaram sem energia elétrica ▶ Em Nova York, quase 400 mil pessoas foram obrigadas a deixar suas casas ▶ Passagem do furucão deixou um rastro de destruição pela costa leste

A passagem do furacão Irene pela costa leste dos Estados Unidos no fim de semana deixou um rastro de destruição. Além dos desabrigados, pelo menos 15 pessoas morreram em seis Estados do país. Mais de 4 milhões ficaram sem energia elétrica.

Para serviços de emergência americanos, a cidade de Nova York foi "poupada", embora tenha enfrentado alagamentos, blecautes e quedas de árvores. Na manhã de ontem, o Irene perdeu força e foi reclassificado como tempestade tropical pelo Centro Nacional de Furacões (NHC, sigla em inglês) dos Estados Unidos. Após a passagem do Irene, o prefeito de Nova York, Michael Bloomberg, anunciou o fim do estado de emergência. No entanto, Bloomberg recomendou que a população só começasse a retornar às casas a partir das 18 horas, para dar tempo de engenheiros e especialistas fiscalizarem os prédios danificados. Quase 400 mil pessoas tiveram de deixar a região sul da ilha de Manhattan.

A secretária de Segurança Interna dos EUA, Janet Napolitano, disse ontem em conferência de imprensa que "o pior já passou para a maior parte da costa leste", e que a tempestade prossegue agora para a região da Nova Inglaterra e para o leste do Canadá, mas já muito enfraquecida.

Mais tarde, o presidente dos Estados Unidos, Barack Obama, afirmou que a situação de emergência provocada pelo furacão Irene ainda não acabou e que os esforços para a recuperação poderão levar vários dias ou semanas na costa leste do país. "Não acabou. Os impactos dessa tempestade serão sentidos por algum tempo", disse Obama, em uma curta declaração no jardim da Casa Branca.

Apesar do furacão ter perdido força, Obama pediu que as pessoas permaneçam vigilantes. A principal preocupação das autoridades, agora, é com a falta de energia elétrica e com a cheia dos rios e inundações causadas pelo Irene. Durante pronun-—ciamento, Obama também pediu que a população continue a prestar atenção aos avisos das autoridades locais nos próximos dias.

METRO COM AGÊNCIAS

REUTERS

▶ Menino flutua na caixa de jornais em Manhattan

REUTERS

▶ Obama diz que impactos serão sentidos por algum tempo

Tempestade afetará aeroportos americanos nesta semana

O caos provocado pelo furacão Irene nos terminais aéreos do leste dos Estados Unidos poderá continuar durante esta semana, depois que a tempestade cancelou mais de 10 mil voos desde sexta-feira.

Os aeroportos internacionais de Nova York reabrirão hoje à tarde. American Airlines, British Airways, Air France e outras companhias cancelaram voos com destino e provenientes da Europa e da Ásia, que estavam programados para a segunda-feira. Os voos retomaram as operações na região de Washington, mas foram gravemente afetados.

Tom Hendricks, vice-presidente da Air Transport Association, uma instituição da indústria da aviação, disse que as operações serão retomadas em Nova York na segunda-feira à tarde, mas que "levará ao menos dois dias para recuperar todas as conexões", segundo informações da agência de notícias AFP.

Os voos que ligam o Brasil a Nova York também foram afetados pelos fortes ventos do Irene. A TAM cancelou três voos que sairiam da cidade, dois para Guarulhos, na Grande São Paulo, e um para o Aeroporto do Galeão, no Rio. Um voo de Guarulhos para Nova York foi cancelado.

A Delta Airlines cancelou dois voos e alterou o horário de outro. A American Airlines também cancelou seus dois voos diários do Brasil para Nova York.

METRO COM AGÊNCIAS

Scotland Yard reforça segurança em Londres para violência em Carnaval

Milhares de policiais vigiaram o início do Carnaval de Notting Hill, em Londres, ontem. Apesar do temor de que ocorressem novos atos de violência como os registrados na capital entre os dias 6 e 8 de agosto, que causaram mais de 2 mil detenções, o evento anual transcorreu de forma pacífica.

A Scotland Yard preparou um dispositivo de segurança especial para evitar problemas durante a festividade. Segundo policiais, apenas oito pessoas foram detidas. O esquema de segurança foi posto em prática depois que a gestão da Scotland Yard foi questionada pelo Executivo de David Cameron, que considerou equivocada a primeira reação após a onda de violência urbana iniciada em Londres em 6 de agosto.

O temor de outro surto de violência fez com que 5.500 policiais vigiassem ontem o as imediações de Notting Hill, onde ritmos caribenhos, desfiles e visitantes deram cor e aroma particular ao espetáculo. Hoje, a festa continua e 6,5 mil policiais farão a segurança pública durante o desfile de carros alegóricos que percorrerá as ruas do bairro durante o dia.

METRO COM AGÊNCIAS

REUTERS

▶ Policiais vigiaram o Carnaval de Notting Hill, em Londres

Mostra relembra cinema musical de Vincente Minnelli

FOTOS: DIVULGAÇÃO

▶ Liz Taylor foi dirigida pelo cineasta em "Adeus às Ilusões"

▶ Lana Turner em cena de "Assim Estava Escrito" (1952)

Quinze clássicos do cineasta chegam ao CCBB ▶ Lista inclui filmes como 'Gigi', 'Sinfonia de Paris', 'Madame Bovary' e 'Agora Seremos Felizes', entre outros

"O que há de errado em querer que as coisas sejam belas?" A pergunta, lançada pela protagonista Emma (Jennifer Jones) em "Madame Bovary" (1949), sintetiza o cinema de Vincente Minnelli, tema da mostra que o CCBB inaugura nesta quarta-feira.

Diretor de mais de 30 filmes, considerado um dos criadores do musical cinematográfico como hoje o conhecemos, o americano se empenhava para levar à tela cenas alegres, com personagens muitas vezes ingênuos e atrapalhados. Mesmo quando mostrava seu lado dramático, Minnelli não abandonava o elemento belo: de amarga e imperfeita, bastava a vida real.

A programação da mostra inclui 15 filmes, entre eles clássicos como: "Sinfonia de Paris" e "Gigi", ambos vencedores do Oscar; "Madame Bovary"; "Adeus às Ilusões", com Elizabeth Taylor; "Agora Seremos Felizes" e "Assim Estava Escrito". Para quem gosta de cinema, é uma ótima pedida. Para quem se encanta com produções como "Cabaret", "Moulin Rouge" e "Chicago", é quase obrigatório.

No CCBB (r. Álvares Penteado, 112, Centro, tel.: 3113-3651). De quarta a 11/9. R$ 4. Programação completa no www.bb.com.br.

'SCARFACE'

Filme voltará aos cinemas

Estrelado por Al Pacino em 1983, o longa dirigido por Brian de Palma invade os cinemas americanos na quarta-feira.

A ideia do retorno é comemorar o lançamento da versão em Blu-ray do filme, protagonizado pelo icônico Tony Montana. METRO

'A Dança dos Sonhos': livro com poesias de Michael Jackson chega ao Brasil

DAVE HOGAN/GETTY IMAGES

▶ O Rei do Pop também tinha um lado poeta

Quase 20 anos após sua publicação nos Estados Unidos, "A Dança dos Sonhos" ("Dancing the Dream"), livro de poesias do astro Michael Jackson, finalmente chega ao Brasil pela Ibis Libris Editora (preço sugerido: R$ 70).

Único título publicado pelo eterno Rei do Pop, a obra revela um lado pouco conhecido de Michael, que, nos textos, se expõe como poucas vezes.

A tradução ficou a cargo de Thereza Christina Rocque da Motta, que conheceu o livro pelo produtor carioca Leandro Lapagesse, um dos maiores colecionadores de artigos relacionados ao cantor na América Latina.

No Rio de Janeiro, o lançamento oficial acontece hoje, com leitura de textos por artistas como Cláudia Jimenez e Lúcio Mauro Filho. No dia 3 de setembro, é a vez de São Paulo. O evento está marcado para as 14h, na Saraiva Mega Store do Morumbi Shopping. METRO

Universo pop

FOTOS: GETTY IMAGES

1 Damon Albarn, do Blur, planeja lançar um disco solo no ano que vem. "Ele está empolgado", disse uma fonte ao "The Sun". METRO

2 Sofia Coppola casou-se com Thomas Mars, vocalista do Phoenix, no último sábado. METRO

Horóscopo

Celebração de Hathor, deusa egípcia do céu e do mundo subterrâneo, mãe e filha do Sol. Reverenciada ao longo de três milênios, Hathor foi representada com vários nomes e apresentações. Este dia marcava o início do Ano-Novo egípcio.

por Tânia Gori

Áries – 21/3 a 20/4
Seu humor fica ótimo, você vê tudo pelo lado mais brilhante e tem mais sorte em geral. Pode ganhar mais dinheiro, seja no trabalho, em jogos ou loterias.

Touro – 21/4 a 20/5
Pode dar entrada em processos, ou obter o resultado positivo de alguma ação pendente. Pode fazer alguma viagem muito marcante e alegre.

Gêmeos – 21/5 a 20/6
Momento ideal para quem estuda idiomas, direito ou filosofia. Este aspecto traz sorte para vencer concursos, passar no vestibular ou receber elogios e honrarias.

Câncer – 21/6 a 22/7
Sua vida melhora, você tem mais conforto em casa, mas começa a comer muito e pode engordar. Aspecto ótimo para assinar contratos, marcar noivados ou se casar!

Leão – 23/7 a 22/8
Um novo ciclo começa, com interesses de vida normais para a sua faixa etária. Saturno nos ensina a crescer, amadurecer e envelhecer da melhor forma possível.

Virgem – 23/8 a 22/9
Este período vai lhe parecer uma grande provação. Você se sentirá cansado e sobrecarregado de trabalho. Evite os exageros, pois pode acabar estafado.

Libra – 23/9 a 22/10
Você fica um pouco pessimista e enxerga tudo cinza. Tente evitar isso! Procure também cultivar a ponderação e a paciência, que lhe serão muito úteis.

Escorpião – 23/10 a 21/11
Podem surgir problemas ósseos, na coluna ou nos joelhos. Os dentes, pele e cabelos ficam enfraquecidos. Para quem tem propensão, podem surgir pedras nos rins.

Sagitário – 22/11 a 21/12
Apesar de tudo, quando acabar o aspecto, você sentirá que aprendeu muito. Você estará muito agitado e inquieto, e isso pode prejudicá-lo.

Capricórnio – 22/12 a 20/1
Pode ter problemas circulatórios, por isso visite seu médico. Sua mente estará brilhante e intuitiva. Aproveite toda essa criatividade.

Aquário – 21/1 a 19/2
Estará duro no uso das palavras. Isso poderá levá-lo a brigas e rompimentos. Também pode se decepcionar muito com pessoas que julgava amigas.

Peixes – 20/2 a 20/3
Tente levar sua vida de forma mais ponderada. Não incentive a agitação e o nervosismo. Pode ser candidato a uma estafa, provocada por tensão nervosa.

Tania Gori é reitora da Universidade Livre Holística Casa de Bruxa. Informações (11) 4994-4327. Rua das Figueiras, 2.146, Sto. André/SP. Atendimentos on-line com a Equipe Tania Gori www.taniagori.com.br. Dia 30, às 20h, palestra grátis sobre florais de Bach para animais.

Leitor fala

Gonzaga
O bairro do Gonzaga é muito bem conservado, um dos melhores da cidade. Logo de cara, entrando na Ana Costa, vemos o Balneário Hotel, sempre muito bonito, com a fachada em dia. Alguns outros prédios também. Uma pena que antigos clubes, abandonados, não estejam na mesma situação, tirando um pouco do brilho do bairro. Era preciso que uma comissão fosse formada, afim de fiscalizar e ajudar para que os prédios do bairro estivessem sempre em bom estado de conservação, pois o local é o cartão de visita da cidade para o turista.
Priscila Quirino, Praia Grande, SP

metro Pergunta

Você concorda com a proibição do uso de celulares em bancos?

twitter **Siga o Metro no Twitter: @jornal_metro**

@g_fabi: É um mal necessário.

@diogoysilva: Não, não concordo com a proibição do uso de celulares em bancos.

@renatob20: Não, as agências poderiam colocar algo que bloqueasse o sinal e assim não precisa nem impor uma lei para os clientes.

Para falar com a redação:
leitor.st@metrojornal.com.br

metro Web

Os invasores

por Farini

Sudoku

Para solucionar o jogo, basta preencher com números de 1 a 9 as linhas verticais e horizontais sem repeti-los.

	7	4	3	6	5			
3	8				6	1		
2			6			7		
9		8		1		5		
8			7			2		
7	6				1	9		
	2	1	8	5	3			

© Revistas COQUETEL

Cruzadas

metro
Telefone: 011/3528-8582 (redação)
Telefone: 011/3528-8500 (comercial)

O jornal **Metro** é uma joint venture do Grupo Bandeirantes de Comunicação e da Metro Internacional. Está presente em 23 países e tem alcance diário superior a 20 milhões de leitores. O **Metro Santos** é distribuído gratuitamente de segunda a sexta.

"A tiragem e distribuição desta edição de **20.000 exemplares** são auditadas pela **BDO**." BDO

EXPEDIENTE
Metro Brasil. Presidente: Cláudio Costa Bianchini. **Diretor de Redação:** Fábio Cunha (MTB: 22.269)
Diretor Comercial e Marketing: Carlos Eduardo Scappini. **Diretora Financeira:** Sara Velloso. **Diretor de Operações:** Luís Henrique Correa.
Metro Santos. Editor Executivo: Marcelo Camargo (MTB: 33.618). **Coordenador de Redação:** Irineu Masiero.
Editor de Arte: Guilherme Gomes. **Gerente Comercial Nacional:** Ricardo Adamo.
Editado e distribuído por SP Publimetro S/A. Endereço: rua Tabapuã, 81, 14º andar, Itaim, CEP 04533-010, São Paulo, SP. O jornal Metro é impresso na Plural Editora e Gráfica Ltda.

▶ A empolgação das candidatas contagiou o Jockey

MARCOS MENDEZ/FUTURA PRESS

Misses torcem por seus favoritos no Jockey Club de São Paulo

O fim de semana foi bastante movimentado para as candidatas ao Miss Universo. No sábado, as atividades começaram cedo, quando as beldades foram convidadas a assistir a dois páreos especiais no Jockey Club de São Paulo.

Na disputa que recebeu o título de "Páreo Miss Brasil", as representantes da Índia, Tailândia, Honduras, Montenegro, Angola, Rússia, Uruguai, Kosovo, Coreia e Gana investiram no cavalo número oito e ganharam R$ 5,60 cada uma. Priscila Machado, a Miss Brasil, foi quem entregou o troféu ao vencedor.

Já no "Páreo Miss Universo", a vitória do cavalo número cinco rendeu R$ 9,60 às candidatas da Colômbia, Ilhas Cayman, Israel, Croácia, Nova Zelândia, Bahamas, Cazaquistão, Haiti e, novamente, Coreia e Gana. Ximena Navarrete, atual Miss Universo, cumprimentou o cavaleiro vencedor.

DIVULGAÇÃO

▶ Adriane Galisteu se juntou às beldades na noite paulistana

À noite, todas foram para a balada acompanhadas por Adriane Galisteu. O local escolhido foi a casa noturna The Society.

A agenda das moças anda cheia. Desde que chegaram à capital, na última semana, elas aprenderam a sambar na quadra da escola de samba Rosas de Ouro, assistiram a uma sessão do espetáculo "Mamma Mia!" e mostraram toda a sua ginga no DiQuinta.

A cerimônia de entrega da coroa para a nova Miss Universo está marcada para o dia 12 de setembro, no Credicard Hall. O evento terá transmissão ao vivo na Band. METRO

▶ Na quadra da Rosas de Ouro, as candidatas recebem uma aula de samba

ANDRÉ PORTO/METRO

'Combate Inglório': HQ 'subversiva' é lançada no país

FOTOS: DIVULGAÇÃO

▶ Capa da edição brasileira

Classificada como antiamericana em 1965, obra inédita chega ao Brasil com material extra

Originalmente publicada em 1965, no auge da Guerra do Vietnã, a revista "Blazing Combat" chegou ao mercado dos EUA em meio a polêmicas.

Com roteiros de Archie Goodwin ("Star Wars", "Vampirella", "Hulk"), a obra trazia histórias de guerra em que os protagonistas eram os combatentes. A ideia das páginas em preto e branco era mostrar não apenas a coragem, o sofrimento e os conflitos internos dos oficiais, mas também deixar claro o quão absurdos e inúteis eram os choques armados.

No momento em que jovens eram recrutados diariamente e a vida de milhares de famílias era alterada para sempre, o governo norte-americano logo viu um problema na linguagem da HQ. Depois de apenas quatro edições, ela foi cancelada sob as acusações de ser antiamericana e subversiva.

Lançada este mês no Brasil pela Gal Editora (preço sugerido: R$ 42), "Combate Inglório" chega ao público do país em edição especial.

O livro traz desenhos de alguns dos mais importantes artistas do gênero, entre eles Wally Wood, Alex Toth e John Severin. O material extra inclui entrevistas com o roteirista Archie Goodwin e com o editor James Warren, além de biografias e uma galeria com capas originais de Frank Frazetta.

THAIS.AZEVEDO
@METROJORNAL.COM.BR

Amargo diminui calor

Embora desagradáveis a certos paladares, os alimentos de gostos amargo e azedo, como jiló e berinjela, são ricos em substâncias que garantem o bom funcionamento de todo o organismo. Alguns têm até uma importância paricular em certas etapas da vida. O amargo, por exemplo, é bom para mulheres na menopausa, pois diminui os quadros de calor que afetam o corpo nesta fase.
METRO

▶ Além das cores, variedade de gostos também é bom indicativo de alimentação saudável

FOTO/STOCK

Os sabores da boa alimentação

Especialista afirma que a variedade de nutrientes está relacionada com o gosto dos alimentos ▶ Estudo indica que uma boa dieta não exclui nenhum sabor

Princípio básico de uma dieta saudável, a variedade de alimentos assegura a obtenção adequada de nutrientes ao organismo. E para garantir a qualidade da alimentação, uma dica é abusar das cores de frutas, verduras e legumes.

Mas seguir a regra das cores não é a única forma de comer bem. Outra orientação de nutricionistas é variar os sabores dos alimentos.

"Os nutrientes variam de acordo com os sabores. Por isso, devemos ingerir alimentos salgados, doces, amargos e ácidos, não necessariamente na mesma refeição, mas sempre buscando um equilíbrio", afirma a nutricionista Cristiane Mara Cedra, que tem pós-graduação em nutrição clínica funcional.

Segundo ela, manter uma dieta que não exclui nenhum sabor ajuda até a educar os hábitos alimentares das crianças.

4

são os sabores conhecidos pela ciência: doce, azedo salgado e amargo. Estudos recentes sugerem a existência de um quinto gosto, batizado de umami

"A criança acostumada a gostos variados, como doce, azedo, amargo e salgado, sente mais prazer em comer. Além disso, quando ela crescer, a aceitação a diferentes alimentos será mais fácil", diz Cristiane.

Hábitos saudáveis

Uma pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo alerta que, para cultivar hábitos alimentares saudáveis no futuro, uma criança deve experimentar uma variedade de sabores até os quatro anos de idade.

A pesquisa também revela que a má alimentação é o principal motivo do excesso de peso de 31% das crianças em fase pré–escolar. A avaliação foi feita com 400 crianças entre 4 e 6 anos e constatou que entre os pequenos os alimentos preferidos são os menos saudáveis, como batata frita, pizza e chocolate.

"Muitas vezes são os próprios pais que atrapalham o desenvolvimento de uma alimentação adequada. Como alguns que enchem a mamadeira da criança com refrigerante", diz Cristiane.

Mas a preferência por comida que faz mal também tem uma explicação psicológica. Segundo estudos, gostamos de alimentos associados a memórias positivas, e quase sempre o doce está ligado a boas lembranças.

FERNANDO.CORREA
@METROJORNAL.COM.BR

Estímulo ao cérebro

Além de fazer bem ao corpo, experimentar vários sabores também estimula o cérebro. Assim como falar diferentes idiomas ativa regiões cerebrais distintas, conhecer gostos diferentes também é uma forma de despertar os neurônios. Cada sabor ativa grupos de receptores distintos na língua que envia a informação, principalmente, ao córtex gustativo.

FOTO/STOCK

▶ Umami estaria presente em queijos

Quinto sabor

Cientistas têm estudado a existência de um quinto sabor, fora os já conhecidos azedo, doce, salgado e amargo. Chamado de umami, ele estaria entre o salgado e o doce.

O Centro de Informação do Umami, organização internacional que divulga o quinto gosto, formulou até uma lista de alimentos com concentração de umami. No topo da lista está o queijo parmesão, seguido do queijo emental.

Andar de bicicleta e caminhar são ótimas opções de atividades físicas

DIOGO MOREIRA/FUTURA PRESS

15 minutos para viver mais e melhor

Atividade física diária reduz o risco de morte em 14% ▶ Estudo mostra que praticar alguns minutos de exercícios aumenta a expectativa de vida em até três anos

Ter vida longa e saudável é o que todos procuram. Afinal, de nada adianta viver muito tempo sem poder se locomover corretamente por falta de condicionamento físico, ou sequer conseguir amarrar o próprio sapato por falta de flexibilidade, além de muitas outras coisas que uma pessoa idosa e sedentária não consegue fazer.

Pode parecer pouco, mas 15 minutos diários de exercícios são capazes de reduzir o risco de morte em 4% e de falecimento por algum tipo de câncer em 1%. O resultado independe da idade, do sexo ou de problemas cardiovasculares, segundo estudo realizado por médicos do Instituto Nacional de Pesquisa da Saúde de Taiwan e da Universidade Nacional do Esporte de Taiwan.

Por oito anos, os pesquisadores acompanharam a vida de mais de 400 mil pessoas, para descobrir se praticar exercícios por menos de 150 minutos semanais, recomendados, ainda poderia trazer benefícios à saúde. A conclusão foi que se os indivíduos sedentários praticassem diariamente um pouco de atividade física seria possível diminuir uma a cada seis mortes.

Os médicos dividiram os participantes em cinco categorias, de acordo com o nível de exercícios praticados por eles: inativos ou de atividade baixa, média, alta ou muito alta. O resultado foi surpreendente: os pertencentes ao grupo de baixa atividade, que se exercitavam uma média de 92 minutos por semana (15 minutos diários) apresentaram um risco de mortalidade por qualquer causa 14% menor que os inativos, além de risco de mortalidade por câncer 10% menor e uma expectativa de vida de três anos a mais.

De acordo com os autores da pesquisa, saber que apenas 15 minutos diários de exercício podem reduzir significativamente o risco de falecimento de um indivíduo pode motivar mais pessoas a praticar uma pequena quantidade de atividade física diária. Além de fazer bem para a saúde, praticar exercícios aumenta a sensação de bem-estar.

CAMILA.BEM
@METROJORNAL.COM.BR

14,9%

dos brasileiros praticam atividades físicas regularmente, segundo o Ministério da Saúde. A atividade física é recomendada para crianças, jovens, adultos e idosos, homens e mulheres. Para os menos ativos, o ideal é começar a se exercitar fazendo caminhadas curtas, de 15 a 20 minutos.

Benefícios

Praticar exercícios diariamente faz muito bem à saúde.

1. A atividade física melhora a postura e a flexibilidade, fundamentais para as atividades diárias, seja em casa, no trabalho ou durante os momentos de lazer.
2. O indivíduo ativo possui maior resistência às doenças.
3. Mesmo para quem não é adepto de musculação ou exercícios com maior intensidade, o alongamento é fundamental.
4. Quem pratica atividades físicas tem maior VO2 (volume de oxigênio pulmonar) e suporta com mais facilidade as atividades de longa duração, devido às melhores condições de respiração.

No caminho do vulcão

Caminhada no Pico Viejo

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Dicas

Opções para incluir no roteiro da viagem

1 **Onde comer:** a Casa del Vino La Baranda é um restaurante famoso em El Sauzal. Especializado na culinária local, o restaurante oferece uma variedade de molhos.

2 **Onde se hospedar:** para aproveitar a viagem sem prejudicar o meio ambiente, a dica é se hospedar nas Casas Bioclimáticas ITER. Trata-se de um grupo de ecocasas, com recursos de energia renovável. O hotel está próximo à Montaña Pelada, monumento natural famoso na cidade.

Casa del Vino La Baranda

Ilha de Tenerife, Espanha, tem paisagens semelhantes às da Lua

Caminhada em rochas vulcânicas é o destaque da região

Se você já teve vontade de andar na Lua, talvez seja a hora de fazer uma viagem à ilha vulcânica de Tenerife, a maior das Ilhas Canárias – arquipélago que pertence a um grupo espanhol de ilhas a oeste da costa marroquina.

Com uma vasta extensão de paisagens lunares, Tenerife foi criada a partir de um vulcão que surgiu do fundo do oceano entre 25 e 50 milhões de anos e sua última erupção foi em 1909.

O Teide, como o vulcão é chamado, tem 3.781 metros de altitude, contando a partir de sua base, é o terceiro maior vulcão do mundo e o pico mais alto da Espanha. Para conhecer suas peculiaridades não é preciso muito esforço. Um teleférico leva os turistas para o centro do Parque Nacional do Teide, localizado nas redondezas do vulcão. Há cinco anos o parque foi considerado um patrimônio histórico pela Unesco. No entanto, quem gosta de aventura pode conhecer o vulcão a pé – a caminhada leva cerca de seis horas.

Para escalar o vulcão, a pé ou no teleférico, é necessário obter uma autorização com instituições locais, pois o número de visitantes é restrito para proteger o parque contra erosões. Os turistas sem a permissão têm a opção de passear pelas redondezas do parque, como o Pico Viejo, e explorar a natureza local.

Durante o passeio, é importante ingerir bastante água e ter uma câmera fotográfica sempre à mão. As paisagens vulcânicas e das Ilhas Canárias são incríveis. Após o passeio, os interessados podem ficar no Refúgio Altavista (3.270 metros de altura). O refúgio foi construído em 1892 pelos moradores do vilarejo local e é ótimo para descansar após a longa caminhada. O local tem capacidade para acomodar 60 pessoas.

CÉLIA PEDROSO
METRO INTERNACIONAL

Vista das Ilhas Canárias

Após visitar o vulcão, os turistas podem conhecer as Ilhas Canárias, situadas no Atlântico, a oeste da costa marroquina

1. A areia da Praia de las Teresitas é artificial, dourada e importada.
2. A aldeia montanhosa de Taganana, 13 quilômetros ao norte de Santa Cruz, é indicada para quem gosta de fazer trilhas e apreciar as belas paisagens.
3. A praia de Benijo, próxima a Taganana, é popular entre os surfistas, possui pedras, rochas e uma atmosfera selvagem.

Lucas e Ganso decidem e San-São fica no empate

ROBERTO VAZQUEZ/ FUTURA PRESS

▶ Mesmo bem marcado, Ganso marcou o gol de empate

▶ Clássico termina em 1 a 1, com golaços dos meias
▶ Tricolor teve Carlinhos expulso aos 27 do 1º tempo

Em partida bastante equilibrada, Santos e São Paulo ficaram no empate por 1 a 1 na Vila Belmiro. Lucas e Neymar brilharam em campo, com dribles e muita velocidade, mas não conseguiram levar seus times à vitória. O Tricolor foi valente e mostrou superação ao jogar de igual para igual com os donos da casa, mesmo com um jogador a menos durante a maior parte do confronto – Carlinhos Paraíba foi expulso os 27 minutos do primeiro tempo, após dois cartões amarelos.

O gol são-paulino resultou de uma bela jogada de Lucas, que passou por três adversários e chutou forte no canto direito de Rafael, que ainda resvalou na bola. Já o tento alvinegro saiu dos pés de Paulo Henrique Ganso – que estava apagado até então. O meia tabelou com Alan Kardec e acertou um belo chute de trivela no ângulo direito de Rogério Ceni, que nem se mexeu.

Com o resultado, o São Paulo foi a 35 pontos, encerrando o primeiro turno na terceira colocação do Brasileiro. Já o Peixe alcançou os 22 e permanece na 14ª posição, com uma partida a menos que seus concorrentes.

WILSON.DELL'ISOLA
@METROJORNAL.COM.BR

Santos: Rafael; Pará (Alan Kardec), Edu Dracena, Durval e Léo; Adriano (Felipe Anderson), Henrique, Danilo e Ganso; Neymar e Borges. **Técnico:** Muricy Ramalho

São Paulo: Rogério Ceni; Piris, João Felipe, Rhodolfo e Juan; Wellington, Carlinhos Paraíba, Casemiro (Jean) e Cícero; Lucas (Rivaldo) e Dagoberto (Henrique). **Técnico:** Adilson Batista

• **Gols:** Lucas aos 45 minutos do 1º tempo; Paulo Henrique Ganso aos 35 minutos do 2º tempo • **Arbitragem:** Wilson Luiz Seneme (SP), auxiliado por Emerson Augusto de Carvalho (SP) e Marcio Luiz Augusto (SP)

19ª rodada

SÁBADO

Fluminense	1 x 2	Botafogo
Coritiba	1 x 1	Atlético-PR
América-MG	1 x 2	Atlético-GO

DOMINGO

Flamengo	0 x 0	Vasco
Palmeiras	2 x 1	Corinthians
Santos	1 x 1	São Paulo
Grêmio	2 x 1	Inter
Ceará	3 x 0	Bahia
Atlético-MG	1 x 2	Cruzeiro
Figueirense	2 x 3	Avaí

CLASSIFICAÇÃO

	P	V	GP	SG
CORINTHIANS	37	11	30	12
FLAMENGO	36	9	33	12
SÃO PAULO	35	10	30	7
VASCO	35	10	26	5
BOTAFOGO	34	10	29	10
PALMEIRAS	32	8	25	11
INTER	27	7	27	5
FIGUEIRENSE	26	7	19	-2
FLUMINENSE	25	8	21	1
CORITIBA	25	7	31	8
CRUZEIRO	24	7	24	5
ATLÉTICO-GO	22	6	20	0
CEARÁ	22	6	24	-4
SANTOS	21	6	22	-5
BAHIA	20	4	21	-3
GRÊMIO	18	4	16	-6
ATLÉTICO-PR	17	4	19	-8
ATLÉTICO-MG	15	4	23	-13
AVAÍ	14	3	18	-20
AMÉRICA-MG	13	2	22	-15

Classificados para a Libertadores
Rebaixados para a Série B

Fórmula 1

Alemão faz seu gesto característico após vitória

LARS BARON/GETTY IMAGES

Vettel acaba com jejum

Após três corridas sem vencer, Sebastian Vettel fez uma prova bastante agressiva e superou os rivais em Spa-Francorchamps para chegar ao seu sétimo triunfo em 2011. O pódio também teve Mark Webber e Jenson Button, respectivamente. Já os brasileiros não tiveram um bom desempenho na Bélgica: Bruno Senna chegou apenas em 13º, Felipe Massa foi o 8º e Rubens Barrichello foi o 16º colocado.

Penske domina e Castroneves é o 2º colocado

Os resultados do qualificatório se mantiveram na corrida: o trio da Penske dominou o pódio do GP de Sonoma da Fórmula Indy. O australiano Will Power foi o vencedor, à frente de Helio Castroneves e de Ryan Briscoe, respectivamente.

Líder do campeonato, o escocês Dario Franchitti bem que tentou levar sua Ganassi às primeiras colocações, mas não teve sucesso. Ele foi o quarto, seguido pelo seu companheiro de equipe Scott Dixon.

Além de Helinho, que voltou a fazer uma boa corrida, o Brasil foi representado por Bia Figueiredo, que terminou no 14º posto, Vitor Meira, em 22º, e Tony Kanaan, que abandonou a prova.

A próxima etapa da categoria acontece no circuito misto de Baltimore, em Maryland, dia 4 de setembro. **METRO**

EZRA SHAW/GETTY IMAGES

▶ Helinho (esq.) manteve boa performance dos treinos

ESTADO GRAVE

Ricardo Gomes sofre AVC

No segundo tempo do clássico entre Flamengo e Vasco, o técnico vascaíno Ricardo Gomes deixou o estádio do Engenhão de ambulância. O treinador sofreu um AVC (acidente vascular cerebral) hemorrágico e está em coma induzido no Hospital Pasteur. O médico do Vasco, Clóvis Munhoz, informou que o estado de Gomes é grave.

Em fevereiro do ano passado, quando dirigia o São Paulo, o técnico foi internado por conta de um AVC. **METRO**

Palmeiras vence de virada, mas Corinthians garante o 1º turno

Alviverde bate Timão por 2 a 1, com gols de Luan e Fernandão ▸ Apesar do revés, time do Parque São Jorge leva o título simbólico de melhor equipe do turno inicial do Brasileirão

O Palmeiras mais uma vez se deu bem diante do Corinthians em Presidente Prudente. No clássico de ontem, a equipe alviverde bateu o rival por 2 a 1, de virada, em jogo válido pela 19ª rodada, última do primeiro turno do Brasileiro.

A equipe do Parque São Jorge começou arrasadora, apostando quase todas as suas jogadas na velocidade de Emerson. E o Sheik correspondeu: da entrada da área, o atacante chutou no canto de Marcos.

Depois do gol, entretanto, o jogo mudou. Felipão – das tribunas – colocou o estreante Fernandão para ser a referência no ataque, e o Palmeiras cresceu. Ainda na primeira etapa a equipe empatou, com Luan, após rebote no escanteio.

No tempo complementar, o Verdão foi mais incisivo e conseguiu o gol da vitória: Marcos Assunção lançou para Fernandão, que dominou no peito e tirou a bola de Julio Cesar. Mesmo com a derrota, o Corinthians leva o título simbólico da primeira metade da competição, com 37 pontos, ao passo que o Palmeiras vai a 32 pontos e volta para o grupo de cima.

WILSON.DELL'ISOLA
@METROJORNAL.COM.BR

2 x 1

Palmeiras: Marcos; Márcio Araújo, Henrique, Thiago Heleno e Gabriel Silva; Chico, Marcos Assunção (João Vitor), Patrik (Fernandão) e Valdivia; Luan e Kleber. **Técnico:** Flávio Teixeira

Corinthians: Julio Cesar; Wallace (Edenílson), Chicão, Leandro Castán e Ramon; Ralf, Paulinho, Danilo (Willian) e Jorge Henrique (Morais); Emerson e Liedson. **Técnico:** Tite

• **Gols:** Emerson aos 18 e Luan aos 34 minutos do 1º tempo; Fernandão aos 7 minutos do 2º tempo • **Arbitragem:** Luiz Flavio de Oliveira (SP), auxiliado por Marcelo Carvalho Van Gasse (Fifa-SP) e Vicente Romano Neto (SP)

VIOLÊNCIA

Torcedores são baleados antes do jogo

Dois torcedores do Palmeiras foram baleados após se envolverem em uma confusão no entorno do estádio Prudentão, em Presidente Prudente, um pouco antes do clássico. Um deles foi atingido na perna e o outro na altura da cintura. Nenhum, entretanto, corre risco de morte.

A PM foi deslocada ao local para acabar com a pancadaria, mas não sabe precisar se os tiros partiram da torcida do Corinthians, da PM ou dos próprios palmeirenses. Depois do confronto, não houve novas ocorrências. METRO

MARIO ANGELO/SIGMAPRESS/FOLHAPRESS

▸ O estreante Fernandão marcou o gol da vitória palmeirense

Brasil fica com a prata no judô

O Brasil ficou com a medalha de prata na competição por equipes do Mundial de Judô, ontem, atrás da anfitriã França, com a derrota por 3 a 2. No torneio individual, a Seleção encerrou a participação com cinco medalhas, o melhor desempenho da história em números de pódios.

Rafaela Silva (57kg) e Leandro Cunha (66kg) foram prata, enquanto Sarah Menezes (48kg), Mayra Aguiar (78kg) e Leandro Guilheiro (81kg) ficaram com a medalha de bronze. No total, o Brasil tem 28 medalhas em Mundiais: 4 ouros, 7 pratas e 17 bronzes. METRO

Anderson amplia recorde de vitórias e vinga derrota de 2006

DIVULGAÇÃO

▸ Okami durou apenas dois rounds nas mãos do Aranha

Após a vitória sobre o japonês Yushin Okami com nocaute no 2º round, sábado, no UFC Rio de Janeiro, o campeão do maior evento de MMA do mundo, Anderson Silva, já pensa no próximo confronto.

Esta foi a 14ª vitória seguida do Aranha no UFC e a décima defesa do cinturão. Além disso, o paulista da categoria médio (até 84kg) chegou ao nono nocaute superando seu último algoz – Okami levou a melhor em 2006, vencendo por desclassificação após um chute ilegal de Anderson. O próximo rival do Aranha deve sair da luta entre Chael Sonnen e Brian Stann, em outubro. METRO

Vôlei perde final do GP para os EUA

Com uma campanha impecável e atuações brilhantes durante todo o Grand Prix, a Seleção Brasileira feminina de vôlei falhou justamente no momento em que não poderia falhar. O time comandado pelo técnico José Roberto Guimarães teve uma atuação abaixo do esperado na decisão contra os EUA, ontem, em Macau, e deixou escapar o nono título do torneio.

Com a vitória por 3 a 0 (26/24, 25/20 e 25/21), em 1h26, as rivais conquistaram o quarto título do Grand Prix – o segundo consecutivo em cima do Brasil.

O time verde-amarelo dominou a premiação individual. Dani Lins foi eleita a melhor levantadora, Thaisa recebeu o prêmio de melhor saque e Fernanda Garay, o de melhor recepção. METRO

FIVB/DIVULGAÇÃO

▸ Brasil parou nos bloqueios